



# 带你了解“熊猫血”

“熊猫血”是Rh阴性血型的俗称，Rh是恒河猴(Rhesus Macacus)外文名称的头两个字母。人类红细胞血型由多达20多种的血型系统组成，ABO和Rh血型是与人类输血关系最为密切的两个血型系统。当红细胞上存在D抗原时，称为Rh阳性；当缺乏D抗原时即为Rh阴性。因血型系统是可以互相交叉的，所以，ABO血型的人又整体被一分为二地划分为Rh阳性血和Rh阴性血两种。Rh阴性血的分布因种族不同而差异很大，在白种人中的比例较高，约占15%—17%，黑种人约占3%—5%，而亚洲人的比例不到0.1%。在中国人中，苗族是Rh阴性血比例最多的民族，达13%；新疆维吾尔等少数民族Rh阴性血的分布为5%，蒙古族人1%，汉族人所占的比例极少，仅占3‰，属稀有血型；如果同时考虑ABO和Rh血型系统，在汉族人群中寻找AB型Rh阴性同型人的机会不到万分之三。

## “熊猫血”的遗传

血缘关系是人类关系中最重要的一种。如果你的父母都是普通的血型，而你是罕见的Rh阴性血型，你是否存在疑虑呢？实际上，按照遗传定律，这是有可能发生的。

Rh血型的遗传符合孟德尔定律：子女的染色体有一半来源于父亲，一半来源于母亲。Rh阴性血型属于隐性遗传。我们以字母D代表Rh阳性基因，d代表Rh阴性基因，那么RhD阳性的人，其基因型可以是DD或Dd，RhD阴性的人，其基因型只能是dd。

也就是说，只有当父母遗传给子女的每一条等位基因都是d时，子女才会表现出Rh阴性；所以，如果父母都不是RH阴性血，但自己却是，这说明，你父母体内有RH阴性血的隐性基因。而且还说明，你祖父母或上一代有人曾经是Rh阴性血型。

## 真假“熊猫血”

真性“熊猫血”是Rh阴性血，其红细胞表面没有RhD抗原。

假性“熊猫血”是指一些更为特殊的人群，他们的血型处于界定“熊猫血”的边缘，也就是说有些检测为Rh阴性血型的人，他的红细胞上有非常弱的D抗原，也就是D抗原变异型。

D抗原变异型，是由于“编织”D抗原的基因发生突变或缺失等，基因的改变影响了D抗原的质或量的改变。因为这种变异型的产生，常规方法不能检测到，所以一般容易漏检，需要做Rh阴性确认实验。

Rh血型系统D变异型人群供血和受血的原则：作为供血者按照RhD阳性对待，其血液只能给RhD阳性受血者；作为受血者按照RhD阴性对待，只能接受RhD阴性血液。所以如果体检发现自己是“熊猫血”，需要做一下Rh阴性确认实验。

## “熊猫血”妈妈

如果产检时发现自己是Rh阴性血型，首先需要确定配偶的血型，如果配偶也是Rh阴性血型，则可以推断宝宝也是Rh阴性血型，不存在母胎Rh血型不合的风险，不会发生胎儿、新生儿溶血病，且二胎也没有风险。

如果配偶是Rh阳性血型，宝宝也可能是Rh阳性血型，妊娠晚期和分娩期少量的胎儿Rh阳性血（小于0.1毫升即可）进入母体，可刺激母体产生抗D抗体，母体首次接触D抗原，产生IgM抗体，不能通过胎盘屏障，所以第一胎不会发生新生儿溶血病。当怀二胎的时候，如果宝宝还是Rh阳性血，就有可能导致生产时发生新生儿溶血病。

早期预防不可忽视，从第一次怀孕开始就应该积极进行抗D免疫球蛋白的预防注射。Rh阴性血型的准妈妈再次怀孕时，要去医院检查是否体内已经存在抗D抗

体，如果抗D抗体已经为阳性，则免疫预防就失去意义，胎儿发生溶血的风险变大，孕期应加强对宝宝的监测。

## “熊猫血”患者的输血治疗

对于Rh阴性患者，如需输血，需严格按照国家卫生部门颁布的《临床输血技术规范》第10条规定“对于Rh阴性和其他稀有血型患者，应采用自身输血、同型输血或配合型输血”执行。输血前应了解患者的输血史、女性的妊娠史（包括怀孕史、生育史、子女健康史等）等。在Rh阴性患者急需大量用血抢救时，应首先尽可能输同型血液；当Rh阴性血不能满足需要时，应果断为Rh阴性患者输入配血相合的Rh阳性血，而不应盲目等待以致错失治疗最佳时机。

（柳州市中医医院输血科 孟霞）

# 每天都刷牙，为何牙齿还会烂？

在临床工作中，我常常听到许多患者抱怨：“我每天都认真刷牙，为什么牙齿还是会烂呢？”

看着患者们一脸无辜又无奈的神情，我通常都会习惯性询问一下患者：“平时，您是怎样刷牙的呢？”我之所以会问这个“简单”的问题，主要是“刷牙”里藏着大学问、大奥秘。似乎每个人每一天都在认真地刷牙，看似简单的重复动作，但是真正做到有效刷牙的人却是少之又少。

今天，我就跟大家来科普和分享一下：如何有效刷牙？

首先，我们需要认识和了解一个名词“牙菌斑”。它附着在我们的牙齿表面，它是引起龋齿、牙周病等口腔疾病的罪魁祸首。一般情况下，漱口或使用冲牙器只能辅助漱掉口内

食物残渣，却无法有效去除牙齿表面的牙菌斑，只有通过机械摩擦（像刷牙）的方式才能良好地去除牙菌斑。古时候，人们就有晨嚼齿木的习惯，近代的老百姓也都有早上起床刷牙的习惯。随着社会的发展、物质的丰富、人类饮食的多样化，一天一次的刷牙习惯已经远远不能满足当下人民群众的牙齿清洁需要了。科学研究发现，牙齿表面牙菌斑几个小时就能聚集形成，我们要保持牙齿清洁，就应该做到饭后漱口、早晚刷牙。

刷牙的方法有许多种，我们主推巴氏刷牙法。巴氏刷牙法又叫水平颤动法，它是美国牙科协会推荐的一种有效去除龈缘附近及龈沟内菌斑的方法，特别适合有慢性牙龈炎的成年患者。它的操作方法具体

如下：

- 1.手持牙刷柄，把牙刷头放在牙齿和牙龈交界的位置，刷毛朝着牙龈的方向（上颌牙向上，下颌牙向下）向外稍倾斜使刷毛和牙齿表面形成45度的夹角，轻轻加压，力度大约20克（约手拿一个鸡蛋的重量），使牙刷毛进入牙龈沟，然后短距离（2mm）水平颤动8到10次来回抚刷，每次刷2~3个牙，再将牙刷移到下一组牙齿，注意重叠放置，不要遗漏。

- 2.上牙从上往下刷，下牙从下往上刷，咬牙合面来回刷，里里外外都要刷。刷到前牙区内侧时，要将牙刷头竖直，用刷头尾部的刷毛抚刷牙舌的舌面。

- 3.刷牙的同时不要忘记刷舌头，整个刷牙的时间不能少于3分钟。

通过刷牙，我们只能达到百分之七十的清洁效果，因为牙齿和牙齿之间的牙缝，牙刷是刷不到的。剩下的这百分之三十的清洁工作，我们需要交给牙线来完成。我们每天至少

需要使用一次牙线，最好在晚上刷牙前使用牙线清洁牙缝，然后再刷牙。

现在市面上有两种常见牙线，一种是线条状的牙线，一种是牙线棒。对比使用的清洁效果，个人建议大家使用线条状的牙线。使用牙线的秘诀就是熟能生巧，刚开始我们可能会觉得很习惯、很困难，但是我相信治疗牙齿时的“酸爽”和高额的费用是大家坚持下去的动力。使用线条状的牙线主要操作方法如下：

- 1.取一截约25厘米长的牙线，牙线两头分别缠绕在左右手的中指上，用大拇指和食指指腹控制牙线，留1厘米长。

- 2.将这1厘米长的牙线放置于两颗牙齿之间的牙缝，左右拉动牙线，使牙线顺利滑入牙间隙，注意力度要轻柔，避免损伤牙龈。

- 3.进入牙间隙后，使牙线C字包绕一颗牙齿的邻面向牙冠方向提拉，重复以上步骤，直到清洁好每一颗牙齿的邻面。

洁净的口腔、清新的口气

更是健康文明的象征，一个健康的口腔不仅能让我们吃遍各种美食，提高我们的生活质量，同时健康的口腔也是全身健康的前提和保障。科学研究表明，口腔健康可以大大减少心脑血管疾病、高血压、糖尿病、老年痴呆症等疾病的发生，甚至可以让我们延长10年以上的寿命。

因此，我们应该从现在开始，注重口腔保健，有效刷牙，定期进行牙齿检查，发现问题并及时治理。好的牙齿将陪伴我们的一生，它将让我们拥有更自信的笑容。

最后送给大家一首《卜算子·爱牙》，愿大家笑口常开。

**卜算子·爱牙**  
齿本从骨生，皓固载美誉。坠落红尘难自律，满嘴粘稿蛀。

饮食终有度，清扫日日护。随心所欲不逾矩，唇齿香留住。

（柳州市潭中人民医院口腔科 阳妮）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

**健康科普**

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社  
稿件投递：2971813915@qq.com 电话：13977219936